

Агрессивті баламен өзінді қалай ұстау керек

Балалардың агрессивті тәртібінің алдын алу үшін мүмкіндіктердің кең спектрі табылады. Психологтер агрессивті баламен жұмыс бойынша үлкендер үшін арнайы ұсыныстар әзірледі.

1-ереже. Елеулі емес агрессияны елеменіздер. Баланың агрессиясы қауіпсіз және түсінікті болғанда, үлкендерге баланың тәртібіне келесі түрде қараған жөн: жай ғана "елеменіз";

балаға былай деңіз: "саған ренішті, мен сені түсінемін"; басқа затқа назарын аударыңыз, мысалы, бір тапсырманы орындауды ұсыныңыз (ойнауды); оның тәртібін оң бағалаңыз: "Сен ашулысың, өйткені шаршадың ғой". Үлкеннің назары – необходимость бала мен жасөспірім үшін қажеттілік. Көбінесе осындай назардың кемшілігі агрессивті тәртіпке әкеледі. Естеріңізде болсын, агрессияны елемеу – қажетсіз тәртіпті өзгертудің мықты тәсілі.

2-ереже. Әрекеттеріне (тәртібіне) назар аударыңыз, баланың тұлғасына емес.

Агрессия кезінде келесі сөздердің көмегі арқылы баланың тәртібін суреттеңіз:

"Сен өзінді агрессивті ұстайсың ба" (мәлімдеме); "Сен ашулысың ба?" (анықтау сұрағы); "Сен мені ренжіткің келе ме?", "Сен маған күш көрсетесің бе?" (шабуыл жасау ауанын ашу);

"Мұндай дауыспен сөйлегенің маған ұнамайды" (қажетсіз тәртіпке қатынас бойынша өз сезімдерін ашу);

"Сен тәртіп ережелерін бұзасың" (ережелерге шағым).

Осыларды айтқанда, үлкендер сабырлық, мейірімділік және қаттылық сақтау қажет. Екпінді тек әрекетке жасау қажет, баланың оған сіздің қарсы екеніңізді білмеуі үшін. Ешқашан өткендегі осындай тәртібін еске салмаңыз. Бала тынышталған соң, онымен тәртібі туралы айтып, толығырақ түсіндіру қажет.

3-ереже. Өзіңіздің меншікті негативті эмоцияңызды бақылаңыз. Өзінің агрессиясын көрсету үстінде бала негативті эмоцияларын білдіреді: жай таппау, ашу, ыза, қорқу, дәрменсіздік. Агрессивті күйдегі баламен қатынас кезінде үлкендерде де осындай эмоциялар пайда болуы мүмкін. Бірақ үлкендер өзін ұстай алуды білуі қажет. Өзіңізді бақылаңыз, қарсы агрессиямен қатынаста оң мысал көрсету арқылы. **Тырысыңыз:**

дауыс көтермеуге, айғайламауға, қорқытпауға; өз билігіңізді көрсетпеуге: "Мен қалай айтсам, солай болады" деп; агрессивті кейіп пен қимыл қолданбау (жұмылған жұдырық, жағын қысу); баланың үстінен күлмеуге, оны мазақтамауға; баланың тұлғасына немесе достарына баға бермеу; физикалық күш көрсетпеу, қарумен қорқытуға; ақыл, діни өсиет айтпауға; ақталмауға, өзіңізді қорғауға немесе баланы сатып алуға тырыспаңыз.

4-ереже. Баланың оң беделін сақтаңыз. Балаға, кейбір үлкендер сияқты, өзінің қатесін мойындау өте қиын. Көпшілік алдындағы талқылау оны қатты жәбірлейді, әдетте, бұл оны агрессивті тәртіпке әкеледі. Баланың оң беделін сақтау үшін, онымен келесі тәртіп нұсқаларын пайдаланыңыз: "Сен өзінді маңызды емес сезініп тұрсың ғой", "Сен оны ренжіткің келген жоқ" (көпшілік алдында баланың кінәсін ықшамдаңыз); өзіңізше, сіздің талабыңызды бірен-саран орындатуға мүмкіндік беріңіз; балаға өзара жеңілдіктермен шарт жасауды ұсыныңыз. Толық бағынуға көндіремін деп, агрессияның жаңа жарылуын тудырып алу мүмкін.

5-ереже. Агрессивті емес тәртіп көрсетіңіз. Жанжал нәтижесінде екі жақ та бақылауды жоғалтады. Сіз есіңізде сақтауға тиіссіз, баланың жасы қаншалықты кіші жаста болса, соншалықты агрессияға сіздің жауабыңыз мейірімдірек болуы тиіс. Үлкеннің тәртібі баланың (жасөспірімнің) нашар тәртібіне қарама-қарсы болуы тиіс. Сондықтан бұл жерде келесі тәсілдерді пайдаланған жөн: үзіліс ұстаңыз (үндемей тыңдаңыз); тайм-аут (баланың өзі жалғыз болып тынышталуына мүмкіндік беріңіз); тыныштықты қимылмен, ым-ишарамен сендіріңіз; әзілдеңіз. Балалар тәртіптің агрессивті емес моделін өте тез қабылдайды. Бірақ басты шарт – үлкеннің шындығы және оған сәйкес дауыс ырғағы, қимылы, ым-ишарасы.